



FACULTAD DE COMUNICACIÓN Y ARTES AUDIOVISUALES

“CUENTO INTERACTIVO ELABORADO PARA DESARROLLAR HÁBITOS DE SUEÑO EN NIÑOS Y NIÑAS DE EDUCACIÓN INICIAL ENTRE LAS EDADES DE 3 A 6 AÑOS”

Trabajo de Titulación presentado en conformidad con los requisitos establecidos para optar por el título de Tecnóloga en Animación Tridimensional

Profesor Guía  
Ing. Diego Latorre

Autora  
Daniela Michelle Arboleda Barba

Año  
2016

## **DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA**

“Declaro haber dirigido este trabajo a través de reuniones periódicas con el (los) estudiante(s), orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación”

---

Diego Alberto Latorre Villafuerte  
Ingeniero en Diseño Gráfico y Comunicación Visual  
C.C. 171143442-1

### **DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE**

“Declaro(amos) que este trabajo es original, de mi (nuestra) autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.”

---

Daniela Michelle Arboleda Barba  
C.C.171432981-8

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a toda mi familia por su amor y apoyo incondicional. A Gracias a todos por darme fuerza y el empuje para alcanzar todas las metas de vida.

**DEDICATORIA**

Al amor de mi vida, mi inspiración, Martina.

## RESUMEN

Para los niños de 3 a 6 años dormir sin sus padres puede ser una situación bastante difícil. Los padres deben responder a este problema a través de un correcto hábito de sueño, constancia y paciencia. Este cuento, presenta como ejemplo una saludable rutina antes de dormir de una niña de 3 años llamada Nina. Así, por medio de 9 diapositivas en las que se utilizó una mezcla de colores pasteles, formas básicas planas y con texturas para crear una ilustración amigable y llamativa, se buscó que tanto padres como niños cuenten con un camino viable para resolver el problema.

**Descriptores.- sueño, hábitos, ilustración.**

## **ABSTRACT**

For children 3 to 6 years sleep without their parents can be a rather difficult situation. Parents should respond to this problem through proper sleep habits, perseverance and patience. This story, presented as an example a healthy bedtime routine a 3 year old girl named Nina. So, through 9 slides in which a mixture of pastel colors, flat basic shapes and textures, used to create a friendly and striking illustration is a sought that parents and children have a viable way to solve the problem way.

**Descriptors.- sleep habits, illustration.**

## ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	1
Capítulo I El Problema.....	2
1.1. Planteamiento del Problema.....	2
1.1.1. Formulación del Problema.....	3
1.1.2. Preguntas directrices.....	4
1.2. Objetivos.....	4
1.2.1. Objetivo General.....	4
1.2.2. Objetivos específicos.....	4
1.3 Justificación e Importancia.....	5
1.4 Alcance.....	5
Capítulo II Marco Teórico.....	6
2.1. Antecedentes.....	6
2.2. Fundamentación Teórica.....	8
2.3. Definición de Términos Técnicos.....	14
2.4. Caracterización de Variables.....	14
2.5. Fundamentación Legal.....	16
Capítulo III Metodología.....	18
3.1. Diseño de la Investigación.....	18
3.2. Caracterización de la propuesta.....	19
Capítulo IV Aspectos Administrativos.....	20
4.1. Recursos.....	20
4.1.1. Recursos Humanos.....	20
4.1.2. Recursos Técnicos.....	20
4.1.3. Recursos Materiales.....	20
4.1.4. Recursos Económicos.....	20
4.2 Cronograma.....	21
Capítulo V Desarrollo del producto Audiovisual.....	22
5.1. Desarrollo del producto audiovisual.....	23
5.2. Estilo gráfico.....	23

5.3. Presentación del producto.....	23
5.4. Idea Original.....	24
5.4.1 Diseño de personaje.....	25
5.4.2 Guión.....	25
5.4.3 Storyboard.....	25
5.4.4 Diagramación.....	25
Capítulo VI Conclusiones y Recomendaciones.....	35
6.1. Conclusiones.....	35
6.2. Recomendaciones.....	36
Referencias.....	37
Anexos.....	40

## INTRODUCCIÓN

Es casi una costumbre que después del nacimiento de un hijo, los padres duerman en la misma cama o en el mismo cuarto con el recién nacido. Esto, sin que los progenitores caigan en cuenta, crea en el niño una dependencia de la presencia de ellos para poder dormir; sin lograr conciliar el sueño y/o mantenerse dormido.

En consecuencia, cuando llega la edad de que los niños duerman en un cuarto separado, la hora de dormir se convierte en un conflicto, con llantos, frustraciones, miedo y malas noches. Un incorrecto descanso, afecta en el crecimiento y desenvolvimiento del menor, así también en el desempeño y ánimo del adulto.

Ante esta problemática, los padres esperan tener una respuesta inmediata. Sin embargo, la realidad es otra. Pues se requiere crear un hábito de sueño del menor, que no depende de la presencia de sus padres.

Se propone como una solución un cuento interactivo con dos funciones primordiales: la primera, crear una situación de comodidad y paz de niño con la hora de dormir. Para lo cual la interacción con el personaje del cuento en una situación similar a la que los niños viven cada noche, es su principal herramienta. La segunda, presentar una alternativa a seguir a los padres para que acuesten a sus hijos. Los dos elementos son fundamentales para la creación de un correcto hábito de sueño.

# CAPITULO I

## EL PROBLEMA

### 1.1. Planteamiento del problema

A partir de cierta edad durante la infancia los niños comienzan a sentir miedo de dormir, esto puede ocurrir por diversos motivos. Sin embargo este temor se proyecta a lo largo de toda la noche y es muchas veces la causa de continuas pesadillas en la criatura lo cual perturba lógicamente la tranquilidad de los padres o personas que están a cargo de su cuidado diario.

Este periodo de sobresalto al dormir afecta a la mayoría de los niños sólo cambia su forma de manifestación según el individuo, su entorno social y los pensamientos que desarrolle por experiencias previas a la hora de dormir o en días anteriores.

Uno de los temores más comunes durante la infancia es el miedo a la oscuridad; debido a la inseguridad que les produce sentirse solos.

La noche, por ser el momento en que generalmente tenemos más tiempo para pensar, es precisamente cuando los niños tienden a manifestar sus temores; por eso una manera de sobrepasar estos problemas es conversar con ellos para hacer un balance de como a transcurrido su día para dar más confianza, tranquilidad y seguridad a ellos en los momentos previos cuando van a dormir.

Los responsables de guiar a los niños y enseñarles a sobrepasar este tipo de problemas, según algunos expertos, son los propios padres; así mismo aconsejan que se debe ser firme en el momento en que deben ir a dormir y repetir una rutina, por ejemplo: bañarse, lavarse los dientes, leer un cuento y acostarse. Otros estudios indican que agregar detalles reconfortantes para brindar seguridad al infante es un elemento clave, por ejemplo: peluches, lámparas de mesa, mantas, entre otros.

Sin embargo ninguna estrategia es la verdadera solución si no se determina la causa específica del problema, es decir, ¿Qué es lo que provoca miedo al niño? Y según esto poder desarrollar actos dirigidos a la solución de ese miedo específico.

### **1.1.1. Formulación del Problema**

La mayoría de los padres de familia tienen problemas con sus hijos a la hora de acostarlos a dormir. Las razones por las que un niño no puede dormir son diversas, esto se debe a que la respuesta por parte de los padres puede generar malos hábitos de sueño en los infantes.

Adquirir un mal hábito de sueño en el hogar puede generar diversos problemas, en el niño, inseguridad, miedo, nerviosismo, falta de tranquilidad, dependencia y afectar a su proceso de crecimiento; en los padres, cansancio e imposibilidad de desenvolverse adecuadamente en los distintos ámbitos sociales por la falta de un adecuado descanso.

Se puede encontrar varias respuestas ante esta problemática, por ejemplo en el internet no hace falta más que poner “mi hijo no puede dormir” para que se despliegue una serie de opciones y respuestas de padres que han pasado por la misma solución e inclusive psicólogos. Sin embargo, ninguna de estas alternativas va dirigida a los niños.

Es claro que el problema no es sólo de los padres si no también es de los hijos. Por esta razón, considerando a los niños a los que va dirigido esta propuesta, la pregunta es: ¿un cuento interactivo puede ayudar e incentivar a niños de educación inicial a generar hábitos que conduzcan a un buen dormir durante la noche?

### **1.1.2. Preguntas Directrices**

Según estudios científicos:

¿Cómo ayudar a conciliar el sueño de los niños?

¿Qué mecanismos existen para combatir el miedo a dormir solos de los niños?

¿Cuáles son los miedos más comunes que afectan a los niños al momento de ir a dormir?

¿Cuáles son los beneficios que el infante obtiene al dormir bien y desarrollar un hábito del buen dormir?

## **1.2 Objetivos**

### **1.2.1 Objetivo General.**

Desarrollar un cuento interactivo que incentive y ayude a los niños de educación inicial a generar hábitos que conduzcan a un buen descanso durante la noche.

### **1.2.2 Objetivos Específicos**

Desarrollar objetivamente una propuesta visual la cual consta de: personajes, animación 2D, ilustraciones, e interacción táctil en cada escena para lograr un buen desarrollo de la historia manteniendo siempre el interés del usuario.

Por medio del cuento interactivo proporcionar información didáctica tanto a padres como a los niños de una opción de hábitos a seguir antes de dormir.

Crear una familiaridad del niño con la hora de dormir y con la oscuridad, a través de interacciones en las escenas del cuento.

Dar a los padres de familia una herramienta que esté al alcance de todos, con posibles soluciones al problema de dormir.

### **1.3 Justificación e Importancia**

El problema que abarca la situación que un niño no pueda dormir y descansar durante la noche, involucra a todos los miembros de la familia que habitan en la casa y a las personas con las cuales se relacionan cada una de ellas, por ejemplo: si el niño tuvo una mala noche es muy probable que uno de los padres, ambos o algún familiar que esté a cargo del bien estar del infante haya pasado una mala noche, lo cual involucra que este cansado y no pueda desarrollar sus labores diarias de la misma.

Al realizar un producto audiovisual que de un apoyo a las personas que están involucradas en este tipo de conflictos, seguramente las condiciones de vida mejoraran logrando un desenvolvimiento con mayor naturalidad dentro de todos los problemas que acarrea el trastorno del sueño en los niños.

Por otra parte este producto audiovisual emplea todo el conocimiento adquirido durante el aprendizaje de mi formación académica.

### **1.4 Alcance**

El crecimiento de los niños influye mucho en la apariencia que adquiere el miedo o la razón que no le permite dormir, es por esto, que este proyecto está dirigido a madres o padres que tengan este problema con sus hijos entre los 3 y 6 años, sin perjuicio, de la utilidad que pueda tener para padres con niños de cualquier otra edad.

El fin del proyecto es generar confianza tanto en niños como padres, acerca de este conflicto, para que se lo maneje de la mejor manera.

Así que el libro interactivo está dirigido a lugares de educación inicial. (Ejemplo: la guardería donde estuvo mi hija) Norte de Quito. Dependiendo de la acogida de padres, niños y profesoras, expandir a otros centros educativos.

Al ser un libro interactivo, tiene mas facilidades de ser adquirido por los padres, ya que pueden descargarse en sus tablets.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1 Antecedentes

El problema de sueño de los niños no es actual, es más bien una constante e inclusive es parte del proceso de ser padre o madre.

Así por ejemplo, Carl-Johan Forssén Ehrlin, en el libro “El conejito que quiere dormirse” publicado en el 2014; autofinanció un libro dirigido a su propio hijo, donde para que el pequeño se siente involucrado se debe introducir en un momento determinado de la lectura el nombre del niño. Pero la clave está en la manera de leerla y en los mensajes que transmite inconscientemente hacia el niño o niña. Algunas de las acciones son bostezar varias veces ( por el efecto contagioso de los bostezos) hacer una lectura lenta en ciertas partes del cuento son parte del éxito de este método.

Así también, para Félix Amaro, se debe realizar una descripción del desarrollo cronológico de los esquemas del sueño, realizando un informe de cuales son las dificultades o miedos con el sueño, también las dificultades que se relacionen con la vida del niño-niña ( alimentación, infecciones, lesiones prenatales, etc.). Para esto, es necesario descartar factores como prematuridad, enfermedades físicas, traumas al nacer, porque se debe diferenciar si es una dificultad del sueño secundaria debido a una inmadurez del SNC o a un problema en la relaciones entre padre e hijo.

Finalmente, para el mencionado autor, para tratar el trastorno de sueño, hay que determinar si el no poder dormir se ha manifestado desde el nacimiento o a temprana edad o si existe después o desde la infancia temprana o si apareció posterior al desarrollo normal de los esquemas y comportamientos del sueño. Por esto, es muy importante determinar si hay resistencia crónica o ansiedad de dormir.

A la edad de los 5 años se comienza a evaluar el comportamiento del niño o niña que tiene durante el día, como es su relación con su entorno, en la escuela, observando su adaptación social a nivel general, y también, los desordenes psiquiátricos que relacionen a un problema del sueño.

Se encuentran varios estudios estadísticos sobre a que edades afectan más los trastornos de sueño, así por ejemplo, mediante la escala de Eyberg (cuestionario/inventario, que valora la conducta infantil) El cual dio como resultado que el problema para dormir lo vivía el 14.2 % de papás de niños y niñas españoles entre los 2 y 12 años.

Así también, se ha establecido que el 30 % de niños menores de cinco años tienen algún tipo de alteración del sueño.

Otro estudio, presentado por Según Pollock (1992), establece que si los niños tuvieron alteraciones de sueño dentro de los seis primeros años, se triplican las probabilidades de tener problemas a la edad de 5 años, y se duplican las posibilidades de estos trastornos a los 10 años.

En conclusión, existen varios estudios al respecto de los trastornos de sueño, entre estadísticas, análisis por síntomas y miedos, hasta soluciones en base al análisis de la problemática y la única constante es que no existe una sola forma de criar a un niño, ni una sola solución para erradicar los trastornos de sueño, por tanto, tampoco hay una sola solución, estas varían desde cuentos, hasta elementos en el cuarto que provoquen tranquilidad en el niño, entre muchos otros.

## 2.2 Fundamentación Teórica

El problema de sueño de los niños no es algo que tienen ni una sola forma, ni tampoco solución. Es un problema constante y siempre presente en la sociedad, es decir, se podrá solucionar para alguien en particular, pero no para todos los niños, ni en todas las épocas. Así lo que puede ser una respuesta para uno, no necesariamente va a ser para otro.

Ejemplo de la constante actualidad del problema son los estudios realizados por los pediatras Ferber y Lozoff, estos realizados en las décadas de 1980 y 1990, desprendían como resultados que el 70% de niños de familia negra de entre los uno y seis años dormían con sus padres, mismo problema con los niños de familia blanca pero en un 30%.

Desde aquellas investigaciones han transcurrido entre 25 y 35 años, clara prueba de la permanencia del problema, así también de su universalidad, pasa en Ecuador, Estados Unidos y en todos los países. Otro ejemplo es Suecia, donde en 1982 la revista *Pediátrica Escandinavia* determinó que entre el 30 y 40% de niños suecos de entre los dos y seis años duermen con algún miembro de la familia.

Es por esto que la información sobre los problemas para conciliar a los sueños de los niños es amplia, así también las consultas de madres o padres desesperadas en busca de solucionar el problema.

El Dr. Eduard Estivill aborda esta problemática y expone que los trastornos de sueño afectan a niños desde los seis meses hasta los seis años de edad, es decir, como se establece antes, una problemática continua. En concordancia con esto, BabyCenter establece que la problemática es más profunda entre los tres y seis años de edad, a su vez, en la página "crecefeliz" la problemática se ahonda entre los dos y cinco años. Todo lo cual, nos permite evidenciar que el trastorno de sueño es una constante en todas partes del mundo, en el periodo

comprendido entre los seis meses y los seis años, siendo un poco más complejo en determinada edad.

Esto evidencia que el problema es multifacético, y que por tanto, es susceptible de seguir teniendo soluciones distintas, es necesario destacar la raíz del problema.

El problema tiene dos partes. Por una parte lo que le causa al niño no poder conciliar el sueño, por otra, lo que hacen los padres para hacer que este problema se agrave.

La primera parte puede tener muchos orígenes. Así según el Instituto del Sueño existen causas médicas que no permiten que los niños tengan un adecuado descanso. Estos pueden ser: Alergias, dolores (uno en especial es la otitis), enuresis (falta de control sobre la vejiga) entre otros. Sin embargo, estos problemas al ser médicos, tienen soluciones de la misma índole, así para las alergias y los dolores tendremos un tratamiento médico.

No pasa lo mismo con los problemas de naturaleza distinta a la médica, a las que llamaré de naturaleza psicológica. Esto, ya que los problemas para conciliar el sueño son preocupaciones y pensamientos que están en las psiquis de los niños, estos –los pensamientos- crean miedos, inseguridades y hasta pesadillas. Al respecto de las pesadillas, se puede establecer que este es un fenómeno compuesto, ya que si bien por una parte es algo que ocurre mientras el niño está dormido, es decir en su subconsciente, muchas veces este fenómeno está influenciado por un factor externo, en palabras de la página “conmishijos”, puede ser provocada por una pelea con algún niño durante el día, la escena de una película, entre otras.

Se pondría pensar que en esta primera parte del problema se encuentra su raíz, pero este es un pensamiento equivocado, en palabras del Dr. Eduard

Estivill, el problema de trastornos de sueño en los niños es causado en un 98% por los hábitos de sueño.

Es decir, que son las formas y modos aplicados por los padres para que los hijos se duerman la verdadera raíz del problema. Esto no es de sorprenderse, ya que el ritmo de vida de los padres, el cansancio del final del día, la impaciencia y sobre todo la falta de conocimiento al respecto del tema, hace de cada padre, un foco del problema.

No es absolutamente criticable la actitud de ciertos padres, es difícil no ponerse en los zapatos de ellos, despertar, alistar a su hijo, ir al trabajo, trabajar, regresar, y además de eso luchar para que su hijo duerma, lo que muchas veces lleva horas y conlleva llantos no es nada fácil, es inclusive entendible que muchas veces cedan y duerman con sus hijos.

Sin embargo, sin lugar a dudas, esto no va a solucionar el problema sino ahondarlo. Así, las fuentes al respecto de la necesidad de aplicar correctos hábitos de sueño a los niños son muchas.

Uno de los principales exponentes, es el ya antes mencionado Dr. Eduard Estivill, ha manifestado que el 98% de los casos de trastornos de descanso son causados por los malos hábitos para dormir impartidos para los padres y que además, se considera que pasado el primer año de vida es más complejo el cambiar un mal hábito en los niños.

Ahí la importancia de impartir adecuados hábitos para dormirse a los niños desde su nacimiento.

Este postulado de varios doctores y analistas del tema tiene su fundamento. El ser humano, y en especial los niños aprenden a realizar determinadas actividades en determinados ambientes que les permiten asociar con cada actividad acciones o cosas específicas. El Dr. Eduard Estivill pone como

ejemplo el comer, expone claramente como los niños aprenden a comer con los cubiertos por ejemplo, y como dicha actividad se asocia con determinados elementos como pueden ser la mesa, un babero, o los cubiertos.

Así con la hora de dormir el niño también debe aprender a dormir solo, y para esto, asociará el momento de irse a dormir con las acciones y cosas producto de los hábitos impartidos por los padres.

Por esta razón, el Instituto de Sueño establece que hay que evitar conductas que hagan más dependiente al niño de los padres, y más bien promover su constante desprendimiento.

Por tanto, y ante la estrecha vinculación de la independencia de los niños y los correctos hábitos de descanso, es necesario la aplicación a la rutina diaria de estos últimos.

Con el objeto de adquirir una mejor claridad conceptual exponemos un ejemplo. Si un niño se duerme en su cama junto a su padre o madre, adquiere el hábito de siempre conciliar el sueño con su madre o padre a lado, y cada que uno de estos falte, se le presente complicado y hasta imposible dormir. Esto se agrava si se considera que en este mismo periodo de edad, esto es, de entre los seis meses y seis años, los niños suelen despertarse varias veces a lo largo de la noche, inclusive, en palabras del Dr. Eduard Estivill se pueden levantar hasta 15 veces en una noche.

Es decir, el acostarse con el niño hasta que se duerma crea un hábito incorrecto en el niño que no le va a permitir dormir solo ni a la primera, ni a la segunda, ni a la tercera vez.

Esto sucede, como lo mencionamos anteriormente, por que en este proceso de aprendizaje, el niño aprende de una manera asociativa, por tanto, el hábito que

se aplique para que él duerma, este lo asociará en cada momento que deba dormir.

Por eso la importancia de un hábito correcto de sueño, donde prime la independencia, y el que el mismo se encuentre en una situación en la que aprenda a dormir solo.

Una vez expuestos las dos partes del problema, esto es, lo que les afecta a los niños en el sueño, y los malos hábitos impartidos por los padres es necesario analizar las distintas posturas o respuestas a estos aspectos por los diferentes analistas y psicólogos.

En cuanto a la segunda parte, son varios los aportes en como establecer un adecuado hábito de sueño. El Dr. Eduard Estevill, aporta que con la mira de conseguir que el infante se duerma solo, es necesario que desde un primer momento se quede solo en el cuarto, es decir se acuesta al niño, y el padre debe retirarse del cuarto con el objeto de que despierto aprenda a dormir solo. En este punto es necesario que asocie el sueño con otro elemento, puede ser un peluche por ejemplo, esto, con la finalidad de que si despierta a media noche –como suele ser común en este periodo de edad- tenga a su disposición aquel elemento con el que asocia el sueño, situación que no sucede cuando duerme desde el primer momento con su madre, ya que cuando se despierte y se encuentre con la sorpresa de que su madre no está presente, pues requiere su presencia para conciliar el sueño nuevamente.

Adicional esto, es necesario que se imponga una rutina a la hora de dormir. Esta debe ser constante e implica que los niños duerman siempre a la misma hora, y que anterior a acostarse tengan una pequeña rutina, para “sleepforkids” es preferible que antes de acostarse se lea un cuento al niño, en vez de ver televisión, ya que estos momentos anteriores a que se duerma, son una importante interacción entre el niño y su padre o madre, interacción que no sucede con la televisión.

Esta pequeña rutina debe ser entre 10 y 30 minutos según el Instituto del Sueño, así lo considera también el Dr. Eduard Estevill, el que además agrega que, este tiempo, ya sea leyendo un cuento o jugando, sea realizado en un lugar diferente al cuarto del niño; eso sí, procurando constantemente que el niño tenga presente que se avecina el momento de dormir.

A esta solución, que es la más recomendada y compartida tanto por expertos, como por los mismos padres que superen los problemas a través de los correctos hábitos, se pueden agregar mecanismos de refuerzo, estos ya no dirigidos a los hábitos sino a los temores psicológicos del niño.

Por ejemplo, para combatir contra las pesadillas, es recomendable hablar con el niño, entenderle, la página babycenter al respecto manifiesta que es necesario esta comprensión, así por ejemplo, si hay un miedo a la oscuridad se puede dejar la luz prendida. Sobre esto mismo, ante las pesadillas, es importante que el niño sepa que estas son normales, y que todas las personas las tienen.

Otro mecanismo de refuerzo puede ser los estímulos, así por ejemplo un premio si duerme solo, si duerme solo dos noches y así sucesivamente.

Finalmente, y el factor más importante para combatir con el problema de sueño y conseguir los hábitos correctos para dormir, es la perseverancia. Si no se es perseverante y no se cumple con la rutina, el niño va a pensar que siempre va a poder librarse de dormir solo, por esto, se requiere mucha constancia por parte de los padres en el enfrentamiento de este problema.

### 2.3 Definición de términos técnicos

- Insomnio: Vigilia, falta de sueño a la hora de dormir.
- Trastorno: Perturbación de las funciones psíquicas y del comportamiento.
- Hábito: Práctica habitual de una persona, animal o colectividad.
- Estimular: Hacer que alguien quiera hacer algo o hacerlo en mayor medida.
- Desordenes del sueño: (desorden) Confusión y alteración del orden.

*\*Según el significado denotativo de la RAE*

- Sueño activo: o sueño REM Es la una etapa donde soñamos y si nos despertamos en ese momento recordamos lo que estamos soñando.
- Separación progresiva: Establecer distancia, o aumentarla, entre algo o alguien que avanza gradualmente.

### 2.4 Caracterización de las variables

- Trastorno del sueño

El trastorno del sueño en la infancia, implica que niños-niñas no pueden dormir sus 8 horas de sueño de manera continua, generando como resultado las conocidas alteraciones de sueño.

Las alteraciones del sueño más conocidas o frecuentes en los niños-niñas son: En primer lugar la dificultad para poder dormir a una hora específica y más aún problemas a la hora de mantenerse dormido; angustias nocturnas, lo que genera irritabilidad y miedo en los pequeños; el dormir con sus padres, es algo muy común que evita el descanso de todos los involucrados.

A su vez, otras causas que pueden ser asociados al trastorno de sueño infantil son las alteraciones familiares tales como depresión materna, enfermedades o algún incidente en la familia. También la excesiva ausencia de la madre durante el día, hace que los niños-niñas no quieran dormir para tratar de pasar

el mayor tiempo posible con su madre o para evitar el miedo de no verla en la mañana.

Finalmente hay que considerar que el trastorno en el sueño de los niños-niñas puede generar como resultado, irritabilidad tal como se mencionó anteriormente, puede generar como resultado perpetuaciones en las dificultades matrimoniales porque los pequeños se hacen dependientes de sus padres, lo que puede crear inseguridad en el niño-niña.

- Los niños de 4-6 años

Los niños–niñas que se encuentran en la edad comprendida entre los 4 a 6 años de edad, por lo general presentan cambios psicológicos porque se encuentran en una etapa de crecimiento en todo nivel. Por lo tanto, la respuesta de estos niños ante el problema que tienen de dormir presenta una mayor dificultad.

Esta situación debe ser tratada con la audacia de los padres o de un especialista, puesto que en este periodo es importante el desarrollo neuronal en los niños.

- Los hábitos de sueño impartido por los padres

Tal como se mencionó en el punto anterior, es de suma importancia que los papás se involucren en el hábito que niños-niñas adquieran un horario establecido para acostarse, que sea el mismo horario todas las noches, incluyendo los fines de semana.

Estas acciones pueden ser variadas, como por ejemplo se pueden tomar iniciativas a la hora de contar cuentos a los hijos hasta que se duerman o realizar un intercambio o acuerdos con los hijos si el problema se mantiene en que una noche intente dormir solo y al día siguiente darle un pequeño regalo o hacer que sus hijos duerman un día con sus padres si es que logran dormir cada noche. De esta manera poco a poco lograrán aumentar los días en el que los niños -niñas duerman solos y adquieran un hábito

sano de dormir las 8 horas de manera continua y así finalizar con esta problemática del trastorno de sueño en la infancia.

## **2.5 Fundamentación Legal**

El que un niño no puede dormir afecta en dos sentidos el derecho al descanso consagrado en el Art. 66 de la Constitución de la República del Ecuador, primero, en el niño que no tiene un descanso continuo ni largo y que es tan importante para su desarrollo, y; segundo, en la madre que no puede descansar por las constantes necesidades del hijo.

Esta doble afectación del problema, es decir, la falta de descanso tanto del hijo como del padre o madre, repercute también en el rendimiento individual de cada uno, ya sea en el ámbito laboral o educacional.

Por lo dicho, y en concordancia con lo estipulado en el Art. 48 del Código de la Niñez y Adolescencia, es necesario encontrar mecanismos que permitan el adecuado descanso de los niños, lo que permitirá el correcto descanso de los padres, lo que a su vez influirá, en que tanto unos como los otros tengan el estado físico y mental óptimo para enfrentar su día.

Actualmente, ante los derechos consagrados en el Ordenamiento Jurídico encontramos servicios o mecanismos para su efectivo cumplimiento, así, si un niño tiene problemas de salud o temas referentes a la vacunación, existen los centros de salud para una adecuada respuesta; lo mismo sucede en el ámbito educacional.

En cambio, es difícil que exista una respuesta del Estado al cumplimiento de un derecho como “el descanso”, el deber del Estado termina en asegurarse de que tanto adultos como niños cuenten con el tiempo necesario para dormir. Es por esto, que un problema como el propuesto es necesario e importante, ya que busca la correcta efectivización del derecho al descanso consagrado en el

Art. 66 de la Constitución, así también en el Art. 48 del Código de la Niñez y Adolescencia.

Si se quiere que las personas estén en plenitud física y mental para enfrentar la rutina diaria, es necesario un correcto descanso. Una vida digna, un buen vivir o *sumak kawsay*, un aprovechamiento de los derechos consagrados en la Constitución de la República del Ecuador o en Tratados Internacionales, solo es posible si una persona tiene el correcto descanso. Por ejemplo: si se reconoce el derecho a hacer deporte pero no se tiene un adecuado descanso, este derecho, no está correctamente experimentado.

Así mismo como los objetivos mencionados en el Plan Nacional del Buen Vivir (Objetivo 3 Mejorar la calidad de vida de la población y Objetivo 4: Fortalecer las capacidades y potencialidades de la ciudadanía), refuerzan los derechos sociales, como lo dice en la constitución el Art 66 que establece “el **derecho** a una vida digna, ... **descanso** y ocio...”

## **CAPITULO III**

### **METODOLOGIA**

#### **3.1 Diseño de la Investigación**

Al realizar una investigación descriptiva, podremos trabajar sobre los hechos. Y para tener una interpretación correcta se realiza una entrevista a un psicólogo infantil especializado en el tema. Con este tipo de investigación vamos a relacionar que problemas tienen los niños de educación básica (3-6 años específicamente), a la hora de dormir, y determinar el porque dormir con sus padres hace un daño en su independencia y seguridad, al igual que a sus padres en su emprendimiento diario.

Realizando dicha investigación, se describirá a los diferentes problemas del sueño que existen en niños de hasta 6 años.

Al igual, se realiza una investigación explicativa donde, además de relacionar los problemas, también se ahonda en una profundidad leve de investigación para que, en el cuento interactivo; que es el verdadero objetivo; sea fundado, es decir, que denote las razones y los problemas de las razones, siendo el fin del mismo crear un mensaje claro, no radicar una solución sino incentivar a los niños a que duerman solos, y en cierto modo a enfrentar sus miedos, y que sobre pasen la etapa de la mejor manera.

### 3.2 Caracterización de la Propuesta

- Portada
- Frase relacionada al tema como introducción
- Índice
- Por capítulos :

1.Trastornos del sueño

1.1 Etapa de los niños de 4-6 años

2.Miedo a dormir

3.Hábitos a la hora de dormir

4.Padres

5. Estimulación en niños para un buen descanso

7.Propuesta : Cuento Interactivo

\*Todos los capítulos con fundamentación científica e investigación.

## **CAPITULO IV**

### **ASPECTOS ADMINISTRATIVOS**

#### **4.1 Recursos**

##### **4.1.1 Recursos Humanos**

Las ilustraciones y creación serán realizadas por Daniela Arboleda. La composición musical por Paúl Miranda.

##### **4.1.2 Recursos Técnicos**

2 Computadora (Imac y MacBook Pro)

Photoshop CC 2014

Bamboo Wacom Tablet

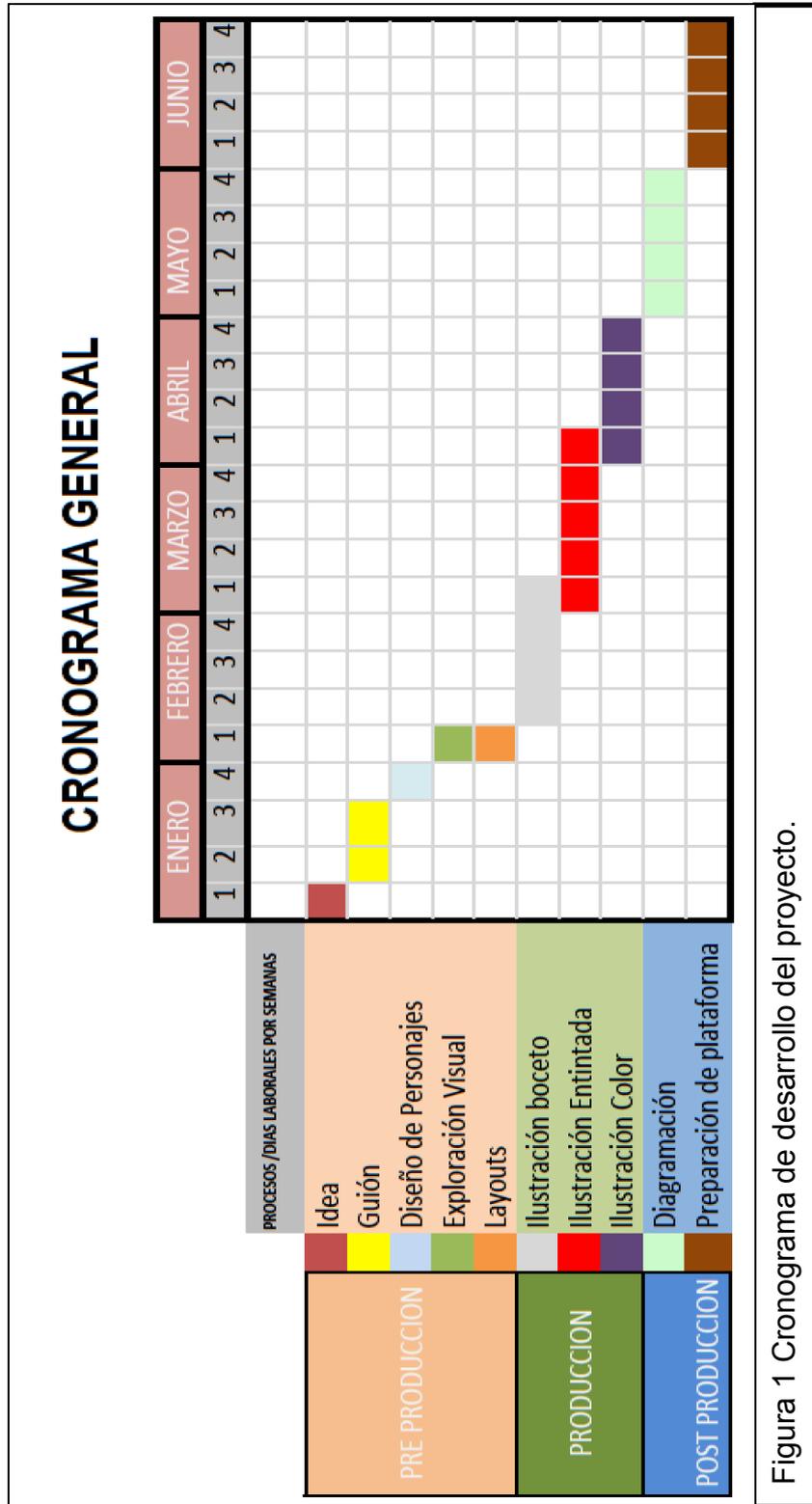
Scanner

##### **4.1.4 Recursos Económicos**

#### **Presupuesto**

<b>Concepto</b>	<b>Valor</b>
Material de escritorio	10
Licencia Photoshop	60
Gastos administrativos	90
Imprevistos	50
<b>TOTAL</b>	<b>210</b>

### 4.2 Cronograma



## Capítulo V

### Desarrollo del producto Audiovisual

Previo a explicar la forma en que se desarrolló este proyecto es necesario realizar la siguiente consideración:

Es importante entender lo que quiere decir una interacción, esto es, la acción entre dos cosas, o persona-cosa; para ello, en este proyecto el niño podrá aplastar uno de los objetos de la diapositiva, y estos responderán con algún sonido o movimiento. Con esto se quiere evidenciar que la idea no es enseñar a través de la interacción, sino que los menores que vean el cuento se sientan cómodos con la hora de dormir y los eventos que la rodean. El poder interactuar permite que el niño se habitúe a la hora de dormir y a lo fácil que es hacerlo.

El objetivo del trabajo es crear un cuento interactivo que haga a los niños se sientan cómodos con todo lo que implica dormir y las acciones previas a la hora de acostarse, para que al momento de ser ellos los usuarios de la aplicación, puedan ellos identificarse con la historia de Nina y se familiaricen con sus hábitos. En virtud de esto era necesario realizar una interacción del niño con el cuento.

Como la interacción puede ser que se mueva un solo objeto o todos los objetos del cuento, era necesario buscar un equilibrio porque si eran demasiados objetos con los cuales interactuar el niño no se centrara en las escenas del cuento, es decir en las cosas que tiene q hacer para dormir y se distraerá. Por eso lo que se animó ciertos objetos con las acciones que tienen que hacer los niños a la hora de dormir. Así se consigue que los niños puedan interactuar y al a vez interioricen cada escena del mismo.

## **5.1 Desarrollo del producto Audiovisual**

### **5.2. Estilo gráfico**

#### **Sinopsis**

Cuento titulado “*A la hora de dormir*”. Es un relato que describe un correcto hábito de sueño, a través de las acciones de su personaje principal llamado Nina.

### **5.3. Presentación del Producto**

Se lo realizará a través de la aplicación Composer Pro. El trabajo consiste en un cuento interactivo creado con la finalidad de mostrar y enseñar hábitos adecuados que deben realizar antes de acostarse a dormir para lidiar con el problema de sueño. Está dirigida a niños de 3 a 6 años de edad.

No presenta una duración establecida, porque al ser una aplicación interactiva, es indefinida.

Se configura con 9 diapositivas ilustradas en Photoshop CC2014, una composición musical realizada exclusivamente para el cuento y alrededor de 30 efectos de sonido. En cada escena/diapositiva, ciertas imágenes tienen su propio sonido y acción con la finalidad de hacerle al cuento más llamativo para los niños.

Finalmente, cada diapositiva tiene diferentes elementos con los cuales los niños podrán interactuar. El objetivo de esto es crear comodidad en el menor con las proceso de acostarse y dormir.

#### 5.4. Idea Original

La historia inicia al llegar la noche, cuando Nina debe irse a acostar para lo cual ya ha desarrollado un hábito conformado por varias acciones antes de dormir.

La primera escena está enmarcada en un baño en donde Nina se encuentra en una tina llena de burbujas, lugar en el que ella puede interactuar con sus tres muñecos (pato, barco y dinosaurio). A su vez, se puede poner su shampoo, pasar el jabón por su cuerpo y tocar las burbujas que se pasean por toda la escena.

En la siguiente diapositiva, Nina enseña que luego de un buen baño lava sus dientes. Aquí existe una interacción con el personaje principal mediante el uso de la pasta dental, el cepillo de dientes, el agua y la toalla para finalizar el cepillado.

En la tercera diapositiva, Nina se encuentra en su cuarto con su bata de baño y en este momento se le puede cambiar al personaje con su pijama favorita luego de ordenar su cuarto. En esta escena se puede realizar una interacción con los juguetes de la niña.

La cuarta diapositiva presenta al padre de Nina leyéndole un cuento antes de acostarse. Aquí se interactúa el uso de la luz, los libros y el beso de buenas noches.

En la quinta diapositiva, Nina se encuentra mirando la luna por la ventana con la cual se puede interactuar.

Nina en la sexta diapositiva se encuentra acostada con su peluche favorito (unicornio), y se arropa muy bien para proceder a irse al mundo de los sueños.

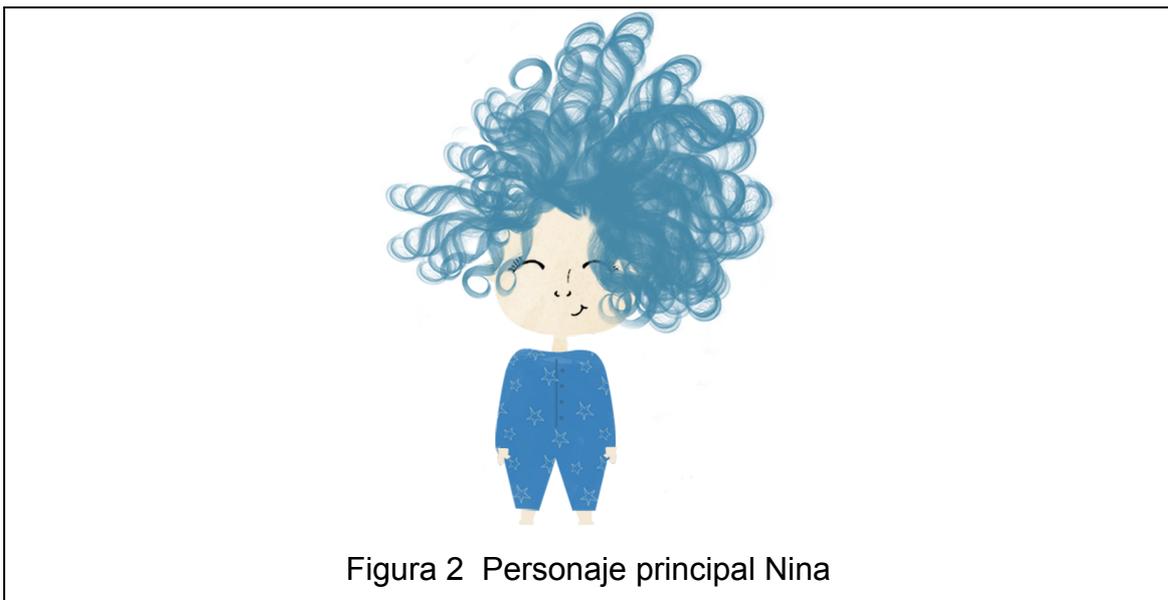
Las interacciones serán con el unicornio, la cobija, y con la personaje principal; además con las pulsaciones aparecen estrellas.

En la diapositiva séptima, Nina se ha dormido y da comienzo a su viaje en un sueño profundo. Se interactúa con el personaje principal para que inicie su viaje al mundo de los sueños.

Nina se encuentra en el mundo de los sueños en la octava y última escena. Esta feliz porque se da cuenta que estar dormida es bueno porque viaja a lugares mágicos donde existen sus cosas favoritas. Interacción con los dulces. Unicornios y Nina.

#### **5.4.1Diseño de personaje**

Al ser un cuento para niños de edad inicial, se baso el personaje en formas básicas planas, con líneas curvas que suavizan la ilustración. Con ciertas texturas de pinceles y patrones. Sin líneas.



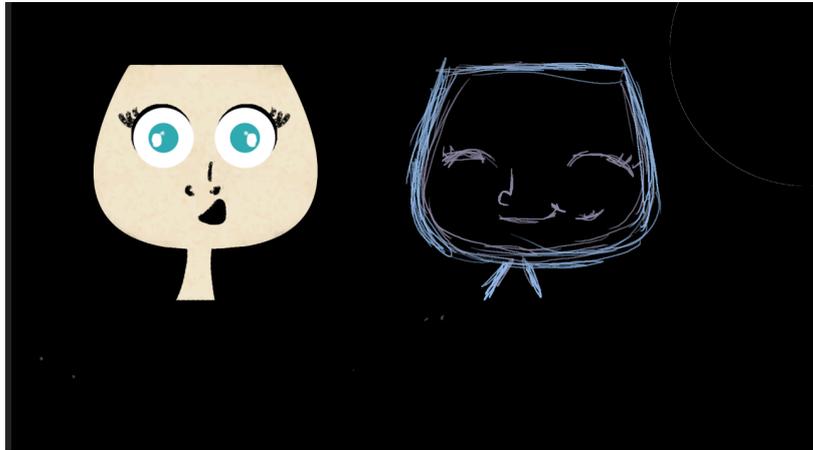


Figura 3 Primer boceto de Nina

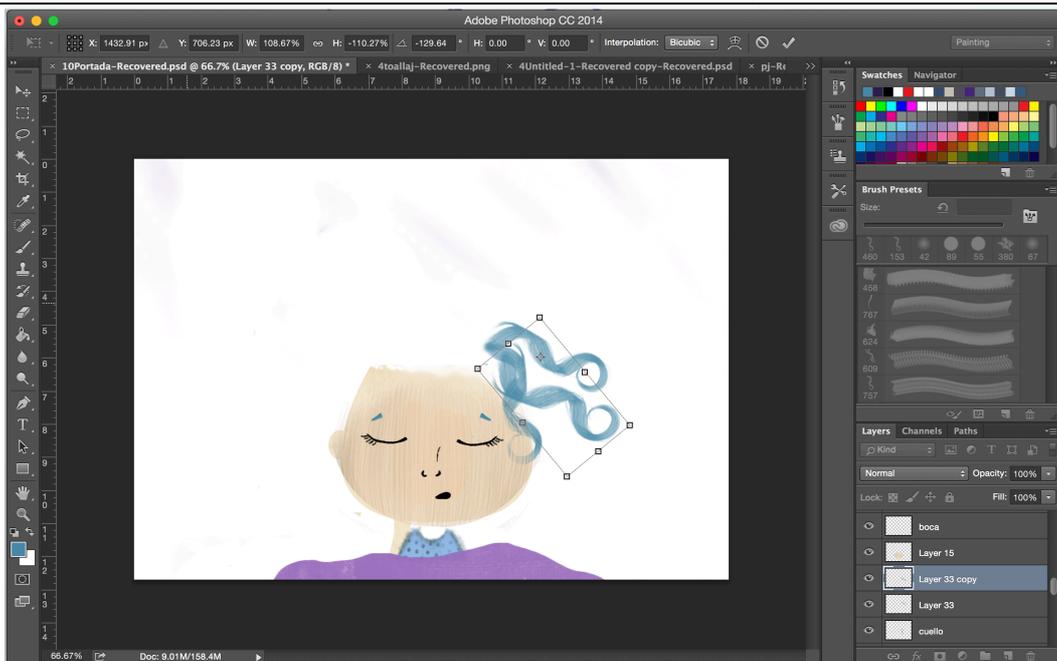
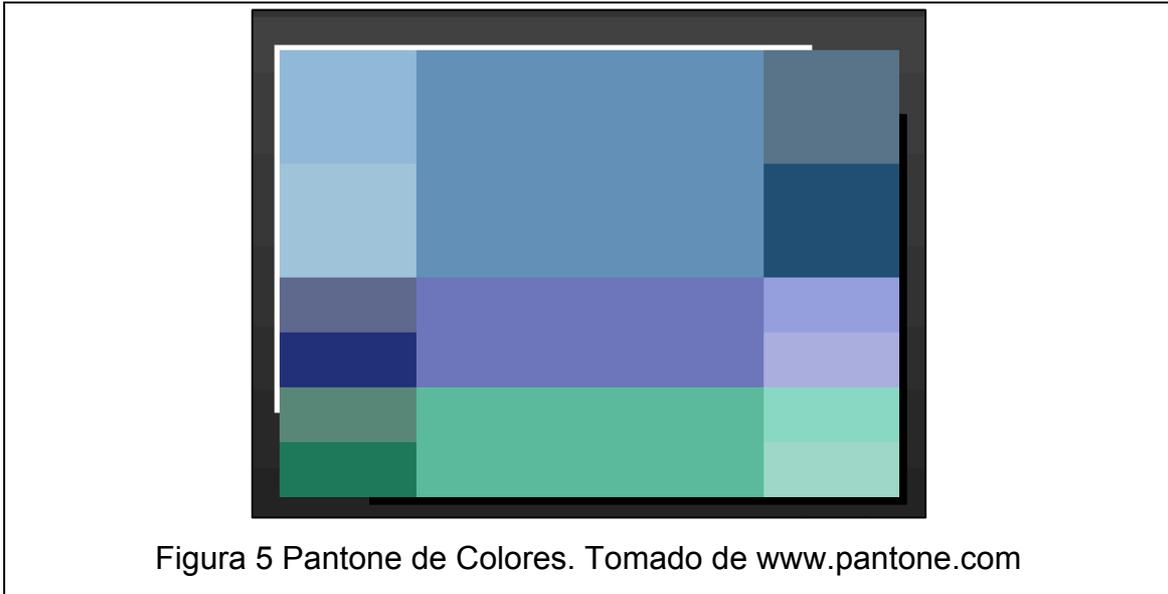


Figura 4 Proceso de creación del cabello de Nina

## Cromática

Se utilizaron colores fríos y análogos en su mayoría colores pasteles, porque al tratarse de un cuento para dormir , la intención era crear un ambiente de noche y tranquilo, sin mucha variedad de colores.



### 5.4.2. Guión

A la hora de dormir Nina toma un baño lleno de burbujas,

A la hora de dormir cepilla muy bien sus dientes,

A la hora de dormir se pone su pijama favorita y ordena sus juguetes. ¡La noche es tan linda como el día!

A la hora de dormir disfruta de un cuento y de un beso de buenas noches

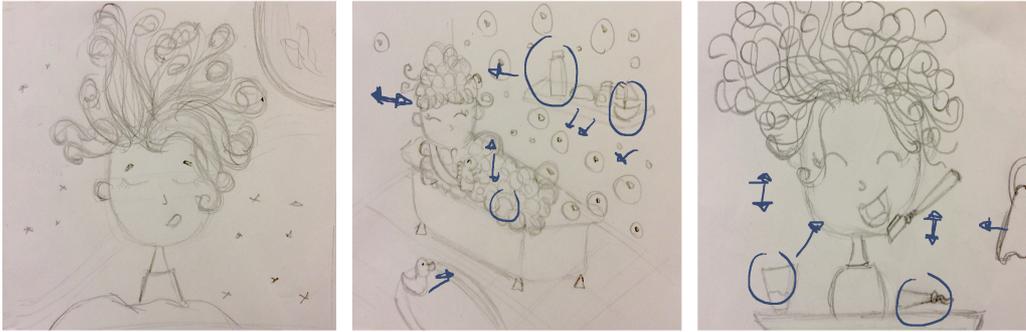
A la hora de dormir le gusta mirar a la luna, sabe que le cuida por las noches.

## 5.4.3. Storyboard

PAG. 1

Story Board Cuento Interactivo

Daniela Arboleda

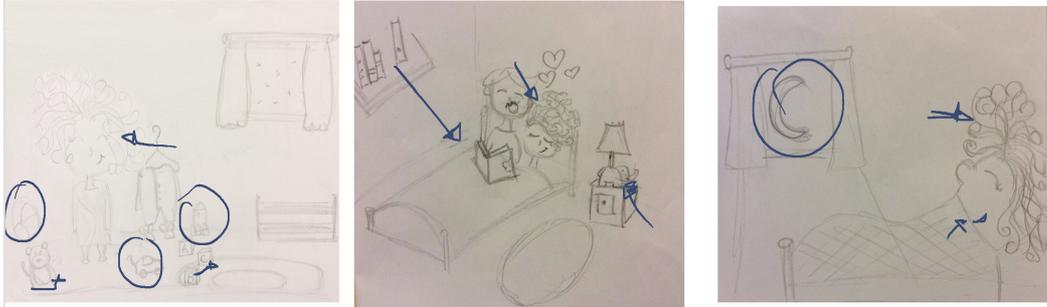


<p><b>PORTADA</b>          TEXTO: A LA HORA DE DORMIR          MUSICA ON          EFECTO SONIDO: VIENTO</p>	<p><b>BAÑO</b>          TEXTO: A la hora de dormir Nina toma un baño lleo de burbujas.          MUSICA DE FONDO: ON          EFECTO SONIDO: PATO, SHAMPOO, JABON, BOTE, DINOSAURIO, BURBUJAS MANO Y NINA          TOUCH: burbujas en el aire, shampoo, muñecos y Nina.</p>	<p><b>CEPILLANDO LOS DIENTES</b>          TEXTO: A la hora de dormir cepilla muy bien sus dientes.          MUSICA DE FONDO: ON          EFECTO SONIDO: vaso, cepillo dientes, past, Nina toalla.          TOUCH: TODO.</p>
---	--	---

PAG. 2

Story Board Cuento Interactivo

Daniela Arboleda



<p><b>CUENTO</b>          TEXTO: A la hora de dormir cepilla muy bien sus dientes.          MUSICA DE FONDO: ON          EFECTO SONIDO: todo exceoto ventana y cortinas          TOUCH: nina, pelota, juguestes, Nina y cambio de ropa.          ANIMACION: 0,5 SEG VENTANA Y TEXTO.</p>	<p><b>CUENTO</b>          TEXTO: A la hora de dormir cepilla muy bien sus dientes.          MUSICA DE FONDO: ON          EFECTO SONIDO: libros, corazones, papá,Nina lámpara          TOUCH: libros, lámpara, papáy Nina.          ANIMACION: 0,10 SEG LUZ , CORAZONES Y TEXTO.</p>	<p><b>LUNA</b>          TEXTO: A la hora de dormir le gusta mirar la luna, sabe que le cuida por las noches.          MUSICA DE FONDO: ON          EFECTO SONIDO: luna y Nina          TOUCH: Luna y Nina.          ANIMACION; 0,10 SEG EFECTO LUZ , MOV.LUNA Y TEXTO.</p>
--	---	--

PAG.3

Story Board Cuento Interactivo

Daniela Arboleda



<p><b>PELUCHE</b>            TEXTO: A la hora de dormir abraza a su peluche favorito y recorando las aventurasd del día se queda dormida.            MUSICA DE FONDO: ON            EFECTO SONIDO: todo exceoto            ANIMACION:0,5 SEG TEXTO y NINA.</p>	<p><b>CUENTO</b>            TEXTO:A Nina le gusta lahora de dormir porque viaja al mundo de los sueños-            MUSICA DE FONDO: ON            EFECTO SONIDO: cama, arcoiris            TOUCH: cama, arcoiris            ANIMACION: 0,10 SEG TEXTO Y ESTRELLAS</p>	<p><b>MUNDO DE LOS SUEÑOS</b>            TEXTO: FIN            MUSICA DE FONDO: ON            EFECTO SONIDO: Dukces, unicornio, arcoiris yNina            TOUCH: Nina,,unicornios y nube            ANIMACION; EFECTO lluvia caramelosy arcoiris.</p>
--	---	---

#### 5.4.4. Diagramación

Todas las ilustraciones del cuento se realizaron en Adobe Photoshop.

Música de fondo: A la hora de dormir, tema creado exclusivamente para el cuento.

Efectos sonido: [www.freesound.com](http://www.freesound.com)

Tamaño original: 1920x1080 Tamaño para Ipad: 1024x768

Portada:

Botón Inicio: Sigüiente página.Música fondo.Efecto sonido: brisa



Figura 6 Printscreen de la portada del cuento: A la hora de dormir

Diapositiva 1

Touch y efecto sonido: Shampoo, soap, bote, pato. Cabeza Nina

Swipe(arriba – abajo) brazo Nina con dinosaurio.

Botón Lunas: Anterior/Sigüiente página . Música fondo



Figura 7 Printscreen de la diapositiva 1 del cuento: A la hora de dormir

### Diapositiva 2

Touch y efecto sonido: vaso, pasta y cepillo dental, Nina, toalla.

Swipe(arriba – abajo) cepillo dental.

Botón Lunas: Anterior/Siguiente página . Música fondo



Figura 8 Printscreen de la diapositiva 2 del cuento: A la hora de dormir

### Diapositiva 3

Touch y efecto sonido: Nina, juguetes, ropa.

Dragging: Cambio de toalla, pantuflas y pijama. Juguetes.

Botón Lunas: Anterior/Siguiente página . Música fondo



Figura 9 Printscreen de la diapositiva 3 del cuento: A la hora de dormir

#### Diapositiva 4

Touch y efecto sonido: Libros. prender luz, corazones y papá.

Dragging: libros en la alfombra.

Botón Lunas: Anterior/Siguiente página . Música fondo.



Figura 10 Printscreen de la diapositiva 4 del cuento: A la hora de dormir

#### Diapositiva 5

Touch y efecto sonido: Luna, Cabello Nina.

Botón Lunas: Anterior/Siguiente página . Música fondo.



Figura 11 Printscreen de la diapositiva 5 del cuento: A la hora de dormir

### Diapositiva 6

Touch y efecto sonido: Nina, cobija, unicornio, cohete, resbaladera y pizarra.

Botón Lunas: Anterior/Siguiente página . Música fondo



Figura 12 Printscreen de la diapositiva 6 del cuento: A la hora de dormir

### Diapositiva 7

Touch y efecto sonido: Cama y estrellas.

Dragging: estrellas.

Botón Lunas: Anterior/Siguiente página . Música fondo



Figura 13 Printscreen de la diapositiva 7 del cuento: A la hora de dormir

### Diapositiva 8

Touch y efecto sonido: Caramelos, arcoíris y unicornios

Swipe(Arriba/Abajo): Lollipop grande.

Botón Lunas: Anterior/Siguiente página . Música fondo



Figura 14 Printscreen de la diapositiva 8 del cuento: A la hora de dormir

### Diapositiva 9



Figura 15 Printscreen de la diapositiva 9 del cuento: A la hora de dormir

## Capítulo VI

### Conclusiones y Recomendaciones

#### 6.1. Conclusiones:

- Para los niños la hora de dormir puede resultar en un verdadero problema que si no se responde de una manera correcta, puede ahondarse y perjudicar tanto a niños como padres en su rutina diaria.
- La respuesta para conciliar un sueño correcto consiste en adquirir un hábito correcto antes de dormir. Para esto, es necesario elaborar una rutina que el niño pueda seguir que ya le haga sentir familiarizado con la hora de dormir. Además, es importante que el niño concilie el sueño sólo, y no que el padre le acompañe hasta que se duerma. Esto tiene una razón de ser, y es que el niño se acostumbra a un ambiente para quedarse dormido, si es que se despierta, para volver a dormirse necesita el mismo ambiente. Entonces, si el padre está ahí para que se quede dormido, necesitará nuevamente del padre cada vez que se levante. Por eso es necesario que el niño duerma solo, no en otro cuarto, ni gracias a herramientas que no existirán si se despierta en la madrugada.
- Se creó ilustraciones que, representen a través de un cuento, dé posibles soluciones para que el niño pueda dormir, en la investigación realizada se llegó a la conclusión de que si los niños generan hábitos diarios los resultados son mas eficaces en cualquier ámbito de su vida.
- En el proceso, se presentó de crear una aplicación para iPad, que aunque resultó estresante pues al no ser parte de mi carrera tuve que aprender de forma autodidáctica, fue fructífera.
- Se incursionó en varias plataformas que no dieron el resultado esperado e incluso el programa utilizado, aunque sirvió para realizar las interacciones, no tiene una plataforma que soporte mucha capacidad,

pues al tiempo que iba aumentando animaciones, el cuento se ralentiza. Además no consta de “pivot” lo cual resulta complejo animar ciertos movimientos de los objetos.

## **6.2. Recomendaciones:**

- Se recomienda a los padres juntos a sus hijos creen un hábito correcto de sueño. Para ello, puede ser fundamental la imposición de una rutina que siga el niño, con la cual sepa que ya es hora de dormir, y que inclusive el cuerpo ya sepa que es momento de descansar. Dentro de esta rutina, es importante que siempre el momento de conciliar el sueño lo realice el niño en su propia cama y solo; pues sólo así creará una independencia para realizar esta acción. Incluso si se despierta en la madrugada, el niño conciliará nuevamente solo en su cuarto, así tengan que ser tres o más veces durante la noche.
- Para realizar cuentos interactivos, la aplicación utilizada en este proyecto resulta bastante útil y recomendable, siempre considerando que al poner más comportamientos(interacciones) la aplicación se pone lenta.
- Para una mejor interactividad se recomienda hacer una inversión en la parte de efectos de sonidos, ya que los gratuitos son limitantes.

## REFERENCIAS

- Abad, R (2008). Trastornos del sueño en la niñez. Recuperado el 20 de octubre de 2015 de <https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/34-sueno.pdf>
- BabyCenter en Español (s.f). 6 errores que cometen los padres a la hora de acostar a sus hijos y cómo evitarlos. Recuperado el 21 de septiembre de 2015 de <http://espanol.babycenter.com/a5800031/6-errores-que-cometen-los-padres-a-la-hora-de-acostar-a-sus-hijos-y-cómo-evitarlos>
- BuenaSalud (s.f). Miedos nocturnos. Recuperado el 10 de octubre de 2015 de <http://www.revistabuenasalud.com/miedos-nocturnos/>
- Castro, J (s.f). Problemas Nocturnos: El niño que no quiere dormir, Pesadillas y Terrores Nocturnos. Recuperado el 22 de septiembre de 2015 de <http://www.psicologia-online.com/colaboradores/lujose/dormir.shtml>
- Ceñal, M (s.f). Niños: problemas para dormir. Recuperado el 16 de septiembre de 2015 de
- Cercas, P (s.f). Niños que duerme con los padres. Recuperado el 22 de septiembre de 2015 de <http://www.nuestroshijos.do/padres-de-hoy/relaciones-con-los-hijos/por-que-los-ninos-no-deben-dormir-con-sus-padres>
- Clinica Alemana (s.f). Sueño entre 4-5 Años. Recuperado el 18 de septiembre de 2015 de [http://portal.alemana.cl/wps/wcm/connect/Internet/Home/maternidad-y-familia/crianza/sueno\\_ninos\\_4\\_5\\_anos](http://portal.alemana.cl/wps/wcm/connect/Internet/Home/maternidad-y-familia/crianza/sueno_ninos_4_5_anos)
- Conmishijos (s.f). Miedos de los niños. Ayudarles a superar sus temores. Recuperado el 22 de septiembre de 2015 de <http://www.conmishijos.com/temores-infantiles-tengo-mucho-miedo.html>
- Estivill, E (s.f). Insomnio infantil por hábitos incorrectos. Recuperado el 22 de septiembre de 2015 de <http://www.uninet.edu/neurocon/congreso-1/conferencias/son-3.html>

- García-Tornel, S., Calzada, E., Eyberg, S., Mas, J., Vilamala, C., Baraza, C., Villena, H., González, M., Calvo, M., Trinxant, A. (1998). Inventario Eyberg del comportamiento en niños. Normalización de la versión española y su utilidad para el pediatra extrahospitalario\*. Recuperado el 12 de octubre de 2015 de <https://www.aeped.es/sites/default/files/anales/48-5-5.pdf>
- Gestión (s.f). ¿Problemas para dormir? Claves para descansar bien. Recuperado el 22 de septiembre de 2015 de <http://gestion.pe/tendencias/problemas-dormir-claves-descansar-bien-2138092>
- Guiainfantil (s.f). Los miedos infantiles. Miedos en los niños Recuperado el 22 de septiembre de 2015 de <http://www.guiainfantil.com/educacion/temasespeciales/miedos/tienemiedos.htm>
- Guiainfantil (s.f). Los miedos más comunes de los niños. Recuperado el 10 de septiembre de 2015 de <http://www.guiainfantil.com/216/los-miedos-mas-comunes-de-los-ninos.html>  
<http://www.hola.com/salud/enciclopedia-salud/2010052545266/pediatria/bebe/ninyos-problemas-para-dormir/>
- Instituto del Sueño (s.f). El sueño del niño. Recuperado el 15 de septiembre de 2015 de <http://www.iis.es/problemas-trastornos-del-sueno-infantil-en-ninos-insomnio-especialista/>
- Lendoiro, G (2013). Dormir con los niños, ¿Buena o mala costumbre? Recuperado el 20 de septiembre de 2015 de <http://www.abc.es/familia-padres-hijos/20130209/abci-dormir-ninos-201302081031.html>
- Padres.facilísimo (s.f). Miedos más comunes en los niños. Recuperado el 21 de septiembre de 2015 de [http://padres.facilísimo.com/blogs/psicologia-infantil/miedos-mas-comunes-en-los-ninos\\_912186.html](http://padres.facilísimo.com/blogs/psicologia-infantil/miedos-mas-comunes-en-los-ninos_912186.html)
- Pertusa, S (2015). Niños: problemas para dormir. Recuperado el 15 de septiembre de 2015 de <http://www.netdoctor.es/articulo/problemas-sueno-ninos>

Quelart, R (2010). Carlos González: "Los niños que duermen con sus padres tienen menos problemas" Recuperado de el 25 de septiembre de 2015 de <http://www.lavanguardia.com/vida/20100331/53900236179/carlos-gonzalez-los-ninos-que-duermen-con-sus-padres-tienen-menos-problemas>.

Red de Salud UC CHRISTUS (s.f). Trastornos del sueño en niños. Recuperado el 22 de septiembre de 2015 de [http://redsalud.uc.cl/ucchristus/centro-del-sueno/Noticias/trastornos\\_del\\_sueno\\_en\\_ninos.act](http://redsalud.uc.cl/ucchristus/centro-del-sueno/Noticias/trastornos_del_sueno_en_ninos.act)

## **ANEXOS**

# Anexos

## 7.2. Entrevistas

### Psicólogo: Paulina Córdova

#### **1. ¿Qué elementos debe tener un cuento para que el niño se sienta identificado?**

- Los personajes normalmente son míticos, generalmente los cuentos para menores de 7 años siempre deben tener los dos lados de la moneda, entre el bien y el mal. Con esto se debe pretender que los niños/as se identifiquen con los personajes buenos y que dejen un buen mensaje que el niño pueda aplicarlo a la vida diaria.

#### **2. ¿Qué particularidad tienen las historias cortas así como el uso y entonación adecuada de palabras durante la lectura de un cuento?**

- Hay que tener en cuenta algunos factores, esto implica saber y conocer al tipo de niño que se le lee el cuento, porque si el niño es auditivo le gustará mucho la entonación de voz, si es visual las imágenes y si es kinestésico los movimientos. A todos les gusta todo, pero cada niño por lo general suele tener una preferencia.

#### **3. ¿Qué tipo de personajes, formas, figuras y colores llaman la atención a un niño?**

- Aquí hay una situación sobre todo en el tipo de educación Montessori en el que se establece el prejuicio de que a los niños les llama más la atención los dibujos simples pero no es así. Los niños por naturaleza admiran la belleza más que los adultos; por lo tanto en general los dibujos deben ser más detallados.

#### **4. ¿Qué tipo de lecturas les gusta más a los niños?**

- Depende de los niños, considero que a niños menores de 6 años les gustan las historias más concretas con texturas para que se entretengan, pero sobretodo las historias deben ser a base de imágenes reales para que el niño pueda aprender a aprehender.

**5. ¿Qué efecto produce en el niño/a que los padres le lean un cuento?**

- Primero se fortalece el vínculo emocional entre padres e hijos. A su vez, se les enseña a comunicarse mejor. A niños pequeños a través del personajes puede ser ejemplo de vida. También permite que el niño valore la transmisión escrita de un sentimiento y fomentar a la lectura futura.

**6. ¿Desde qué edad pueden los niños retener información de los cuentos?**

- A partir de los 5 años es una edad precisa para cuentos, antes de esta edad los cuentos deben ser más sencillos y con pocas palabras.

**7. ¿El mensaje en un cuento debe ser expreso, tácito o es indiferente?**

- El mensaje a menores de 5 años debe ser expreso. A partir de los 6 se le podría dejar que el mensaje final lo dé el niño porque así asume lo que aprendió. No hay que resolver todo a los niños, sería bueno que ellos antes del final puedan decir a su criterio la moraleja o mensaje del cuento.

**8. ¿A qué edad los niños suelen diferencian la realidad y la fantasía?**

- Entre 8 o 9 años el niño ya diferencia la realidad y la fantasía, por eso es importante en el transcurso de estas edades ayudarle al niño a diferenciar entre historias reales e imaginarias para que se desarrolle con normalidad.

**Editor:Giovanny Jiménez**

**1. ¿Qué tipo de tipografía, gráficas, colores, troqueles y acabados se usan más en cuentos para niños/as y por qué?**

-No existe una regularidad con esto. Todo debe fluir en interacción con el texto e imágenes. No hay una tendencia.

## **2. ¿Qué tipos de publicaciones infantiles se venden más en la actualidad?**

- Generalmente las publicaciones infantiles se venden más por colecciones enfocadas a los niños y normalmente se vende a colegios en mayor grado de 8vo a 10mo de básica. Las compras por librería no son muy fuertes.

## **3. ¿En cuanto a estilo existe alguna tendencia o norma que determine el tipo de ilustraciones empleadas en cuentos infantiles?**

- Tendencias no hay, todo depende del ilustrador y del proyecto que se pretende realizar, ya sea para pequeños, niños o jóvenes. Generalmente a niños pequeños se marca la tendencia en el uso de colores, dibujos más grandes y formatos más grandes y con pocas letras.

## **4. ¿Tiene algún estudio o estadística relacionada a los libros que se ofertan para niños acorde a la edad?**

- Si se hacen estos estudios pero es información confidencial y está a cargo del departamento de mercadotecnia.

## **5. ¿Cómo le gusta más a los niños la presentación de un cuento?**

- Depende de la edad. Marca lo interesante de los niños pequeños, historias, presentación, ilustración el tamaño de las letras y formato.

## **6. ¿Dado que los padres son los compradores de cuentos infantiles para sus hijos, existe algún elemento que intervenga en su elección?**

- Como te comenté anteriormente las compras de libros infantiles se hacen generalmente a través de los colegios, pero en librería lo que más se vende es la colección de Buenas noches, que son libros enfocados a niños menores de 5 años en el que se plantean problemáticas en niños y padres, puesto que los

padres se mueven en tema de valores a la hora de comprar un libro para sus hijos.

### **7. En su opinión, qué importancia le daría a las imágenes de un cuento?**

- Es muy importante no como imagen sino como ilustración, puesto que es una interpretación artística de una puesta en escena de la historia que está siendo contada, por lo tanto es un complemento en la historia y no un adicional.

### **8. ¿Cuánto texto debe contener el cuento? (más imágenes o más texto)**

- Depende de las edades, hasta los 5 años se le da mayor importancia a las imágenes y no al texto. Mayores de esa edad tendrá un texto más elaborado acompañado de imágenes. Lo importante es captar la ilustración de lo principal de cada parte del cuento que se quiere resaltar.

## **Ilustrador: Diego Aldaz**

### **1. ¿Qué se toma primero en cuenta a la hora de ilustrar un cuento infantil?**

La edad para la que debes ilustrar. De ésta manera puedes decidir el contenido de cada página y el estilo que vas a elegir.

### **2 ¿Cuáles son los colores que mas se usan a la hora de ilustrar y por qué?**

Por lo general se utilizan colores pastel, pero no en todos los casos. La cromática depende de la historia y el concepto que se maneje desde el principio.

### **3. ¿El estilo de la ilustración depende de la historia?**

En algunos casos la historia te puede dar luces sobre qué estilo convendría utilizar. Pero al final es una decisión que se pone en común entre las

sugerencias del ilustrador y la decisión final del escritor o la persona encargada de la publicación.

#### **4. ¿Qué ilustraciones se realizan más en cuentos infantiles; con animales / personas / formas y por qué?**

El uso de protagonistas humanos, animales antropomorfos o cualquier figura depende de la historia y del mensaje que se pretenda dar.

Existen varios temas sobre el uso de animales antropomorfos, la mayoría de las veces se pueden utilizar para suavizar ciertos temas que pueden ser muy duros de contar frente a cierta problemática, temas como la muerte por ejemplo.

Existe varios Libro-álbum, en los cuales se muestra el uso de protagonistas que son formas geométricas súper básicas donde lo predominante es el uso contrastante del color.

#### **5. ¿Por qué es tan importante la imagen en un cuento infantil?**

Las personas somos seres visuales, aprendemos mejor lo que observamos, y como se dice: “una imagen vale más que mil palabras”. De ésta manera podemos complementar de mejor manera un texto. Un libro para niños que no contenga imágenes no es de interés para los más pequeños.

#### **6. En su opinión, ¿qué llama más la atención de las ilustraciones a los niños?**

Los colores, los personajes el mundo creado en esas páginas.

#### **7. Mientras más sencillas son las formas, llama mas la atención del niño/a?**

Cuando los padres son quienes realizan la lectura para sus niños, el realizar escenas no tan complejas ayuda a los mismos a dar una explicación clara y sencilla del mensaje que la historia pretende. Cuando el niño es más grande y puede captar de otras maneras un mensaje, es cuando se pueden trazar

historias y mensajes paralelas al texto. Mediante ilustraciones más complejas.

## **8. Existe algún patrón visual que capte más la atención de los niños/as?**

Al igual que en cualquier obra de arte los puntos áureos en un documento sirve para enfocar la atención y el orden de lectura en una historia ilustrada, Esto complementado con la cromática refuerza la atención y el tiempo de lectura en la misma.

### **Ilustrador/ Editor: Harold Palacios**

#### **1. ¿Qué se toma primero en cuenta a la hora de ilustrar un cuento infantil?**

Son algunos factores que hay que tomar en cuenta, uno de ellos es hacia qué edad está dirigido el cuento, porque no siempre la ilustración está hecha para que lo entienda un niño de cierta edad o menor edad, en función de eso uno empieza a hacer desde las formas básicas si son niños más pequeños, unas figuras un poco mas complejas si son niños mucho más grandes. Y todos esos factores influyen para que la ilustración tenga sentido y que sobre todo en este caso si se hace ilustraciones para niños ellos lo puedan entender con ciertos elementos en cuento a forma a color en cuanto a niños de preescolar asimilan mejor los colores planos más que los degradados porque tiende a distraerlos un poco. En cuanto que los niños más grandes si pueden procesar esa información.

#### **2. ¿Cuáles son los colores que mas se usan a la hora de ilustrar y por qué?**

Esto es subjetivo, no hay una regla que diga mira utiliza estos colores para que te funcione mejor, lo que si hay que entender un poco es lo que te acabé de decir hace un momento las formas básicas y colores planos si son niños de menor edad en edades preescolares. El resto de ilustración infantil puedes abarcar una amplia gama de color, de estilos, de líneas. Entonces eso es muy

subjetivo. Hay ilustradores infantiles que son muy simplistas en el color, mientras que otros son grandes coloristas, te pongo como ejemplo la Dury Ducasi en Estados Unidos o aquí en Ecuador la Eulalia Cornejo, le mete mucho color y toda la cuestión.

Otro factor que es súper importante y eso es lo que la gente no entiende es el entorno en donde se mueve esa sociedad, por ejemplo tú vas a hacer una ilustración para niños latinos, debes contemplar ciertos factores puesto que no pasa lo mismo con los niños europeos. Entonces por ejemplo las ilustraciones de Shaun Tan que es un ilustrador infantil son muy simples y de colores opacos.

Lo que si es importante tener en cuenta son las formas básicas para cuentos sobretodo para niños en edades preescolares.

### **3. ¿Qué ilustraciones se realizan más en cuentos infantiles; con animales / personas / formas y por qué?**

Hay una mezcla, eso ya depende mucho de la historia. No puedo decir se utilizan mucho animales. Eso depende del escritor, de la historia, si sus personajes se parecen animales se usan animales.

Tú puedes personificar, los personajes pueden adquirir formas y ciertos estereotipos o arquetipos, no necesariamente al hacer un cuento de no poder dormir sea en base a un niño, puede ser de un animalito que no puede dormir, puede ser de un conejo que no puede dormir. Como te decía eso depende del escrito del enfoque.

Los colores y formas llaman más la atención, los niños entran mucho mejor a través de los colores y las formas. Por eso cuando ellos dibujan y eso se ve reflejado en que dibujan todo en base a figuras básicas, es su lenguaje, de hecho es el lenguaje primitivo en realidad de todos. En ese sentido hay ese feedback, ellos ven eso y responden a eso. Entonces siempre ellos cuando ven una forma grande redonda siempre responden ante eso. Es mucho mejor usar formas básicas, donde no hayan muchos elementos que mas bien en ayudarle a él a procesar esa información básica lo distraiga.

#### **4. ¿Qué tipo de tipografía, gráficas, colores, troqueles y acabados se usan más en cuentos para niños/as y por qué?**

Haber para entrar por el tema de tipografía, existen dos familias grandes, unas que son las romanas y otras las modernas. Dentro de las romanas están todas las tipografías que son serifas que tienen el remate que se utilizan para lectura de cuerpos de texto, que se usan en editorial, en periódico, en revistas por la facilidad de lectura; las de palo seco para titulares; no obstante, no funciona igual para un cuento de niños.

En los cuentos de niños tienes que escribir muy poco, la idea es que cuando traes un cuento, sea un máximo por hoja unos 5 pisos de texto, lo que equivale a máximo 6 líneas y tiene que ser en letras grandes mayores a 15 o 16 puntos, tipografías no ligadas, es decir no mano escrita sino mas bien de tipo separadas, estas tipografías modernas y a la vez que tengan alguna forma infantil como que hubiera escrito un niño. Eso te das cuenta en la a, que es una forma abierta, por eso es mejor usar la a de manera básica y es de mejor facilidad de lectura para los niños.

#### **5. ¿Qué tipos de publicaciones infantiles se venden más en la actualidad?**

Verás creo que y esto es a nivel general, creo que el nivel de lectura y de incentivo a partir de comprar un cuento ya no se da, porque obedece a factores tecnológicos del computador, de una Tablet. Entonces un niño tiene acceso a un celular y puede entrar a un cuento o aprende las letras.

Es medible, te podría decir que ahora es más digital que impreso, porque tienes la información inmediata.

Lo que si se vende son textos de enseñanza, pero comprarte un cuento es difícil por un lado.

**6. ¿En cuanto a estilo existe alguna tendencia o norma que determine el tipo de ilustraciones empleadas en cuentos infantiles?**

No para nada. Te ponía el ejemplo de Shaun Tan, de Eulalia Cornejo, ilustradores brasileros por ejemplo que son muy buenos en cuanto a temáticas infantiles, son muy buenos en cuanto a la forma y color. es más Shaun Tan es mas serio.

No creo que hay una tendencia, tal vez los mas destacados Eulalia Cornejo, Vallejo que también es un ilustrador y me falta otro nombre por ahí.

**7. ¿Cómo le gusta más a los niños la presentación de un cuento?**

Verás, eso si es un factor determinante. Lo mejor es trabajar en soportes más grandes, si te das cuenta, los buenos libros infantiles son soportes que sobrepasan las a4 porque eso les permite a los niños mirar y manipular mejor las imágenes de cuento. Otra de las cosas es que no debe tener muchas páginas, debe ser más llamativo en cuanto a la ilustración. Muy pequeños no son aconsejables.

Todo es subjetivo, pero si tú pretendes hacer para un niño, hazlo con colores y formas básicas planas, ilustraciones grandes, poco texto y súper cerradas las vocales.

**8.- ¿ Qué son más importantes, las imágenes o el texto?**

Las dos cosas. En principio el niño le va a dar importancia a la imagen, porque por la imagen le entra, le entras al niño para que se interese por leer por ahí partes, pero las dos cosas ya desde el punto de vista editorial un grande puede leerlo, como funciona.

Esas dos cosas a mi parecer deben ir juntas son importantes y deben estar bien ligadas.

## Making of



Figura 16 Printscreen de Extension Artbox(lite versión). Tomado de Photoshop CC2014. El cual se utilizó para texturizar ciertos elementos.

## Elaboración del cabello de Nina

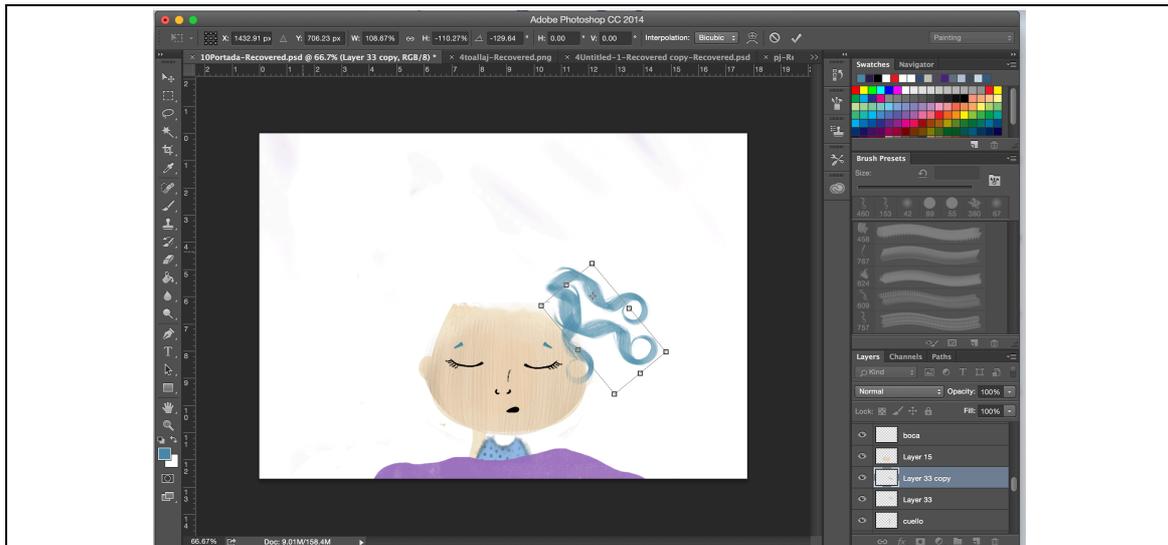


Figura 17 Elaboración de cabello de Nina en Photoshop.

Se utilizó el pincel hairbrush11 y el color #5e97b0. Cada pincelada se hizo en una capa diferente y con la herramienta transformar se dio molde al cabello de la forma deseada.

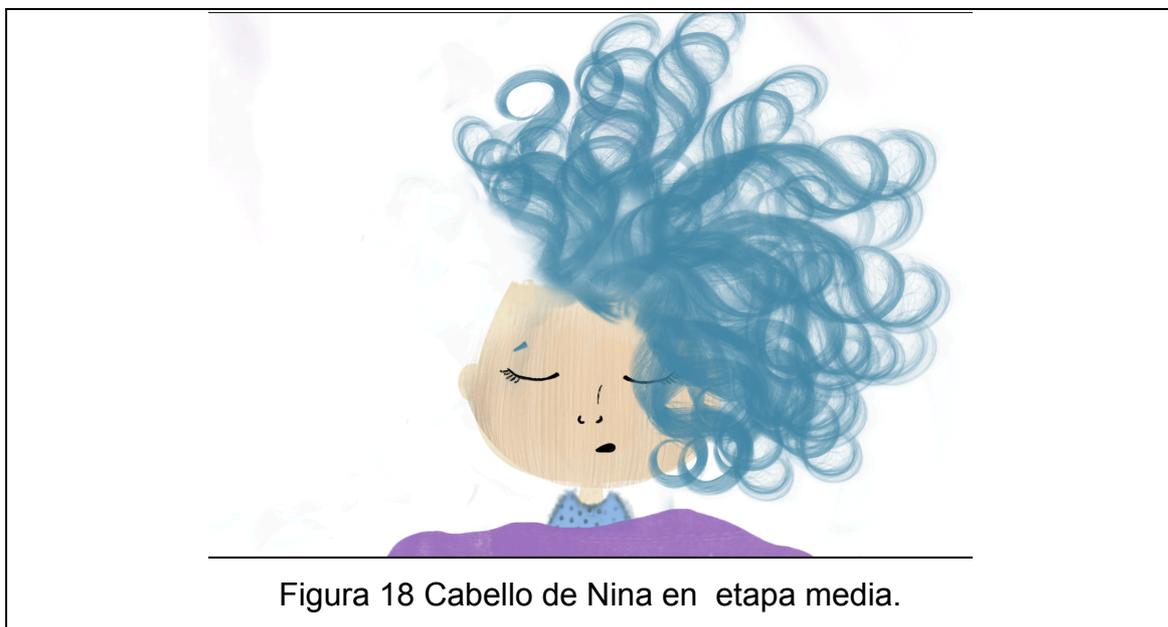


Figura 18 Cabello de Nina en etapa media.

Al finalizar se realizó el efecto de reflejo de la luna en el cabello. Con la herramienta de Leveles y por capas.



Figura 19 Final de luz en el cabello.

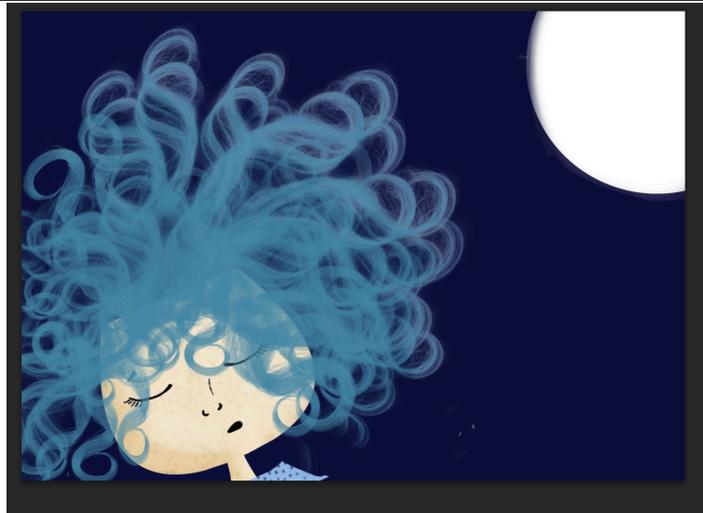


Figura 20 Boceto de la portada del cuento.



Figura 21 Agregando detalles a la portada.

## Peluche pony

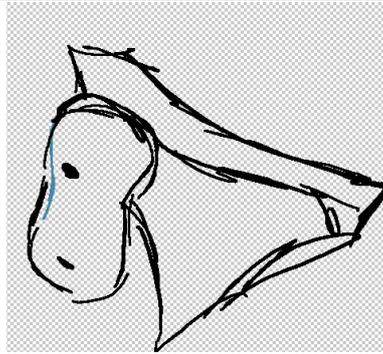


Figura 22 Boceto unicornio.

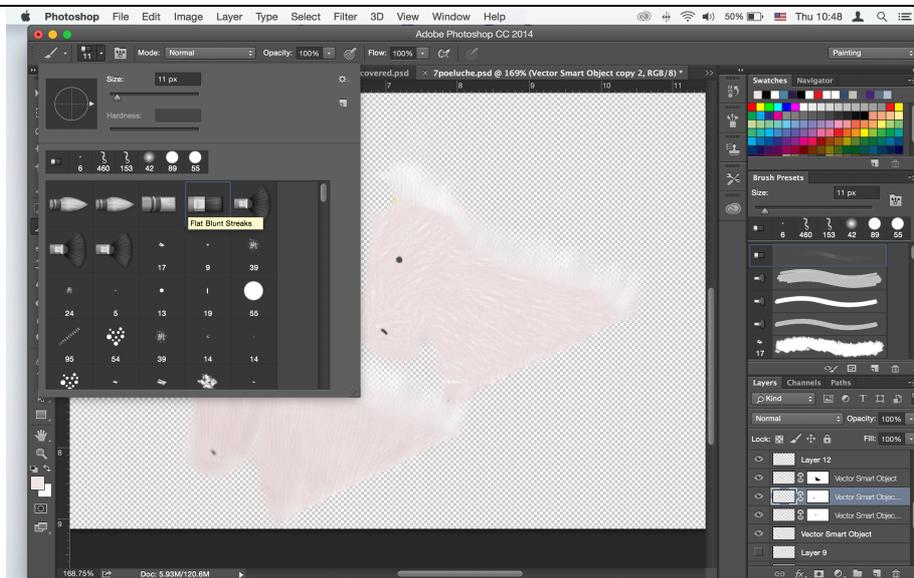


Figura 23 Agregando textura al unicornio.

Con el pincel de Flat Blunt Strokes (default de Photoshop) se creó el pelaje del peluche. Se realizó por capas y "Brush Presets" para direccionar al pincel de la forma deseada.

## Luna

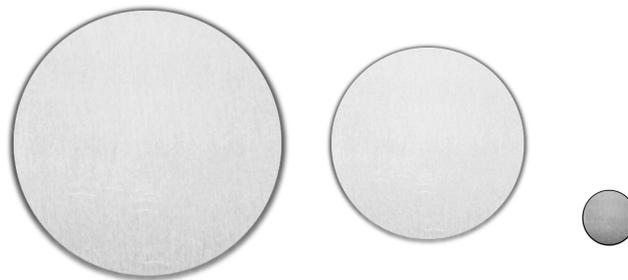
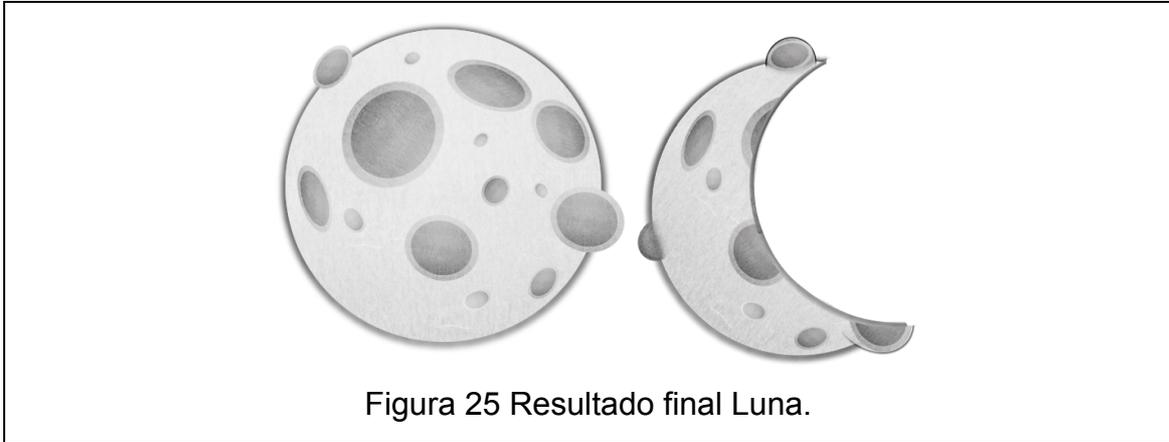


Figura 23 Luna.

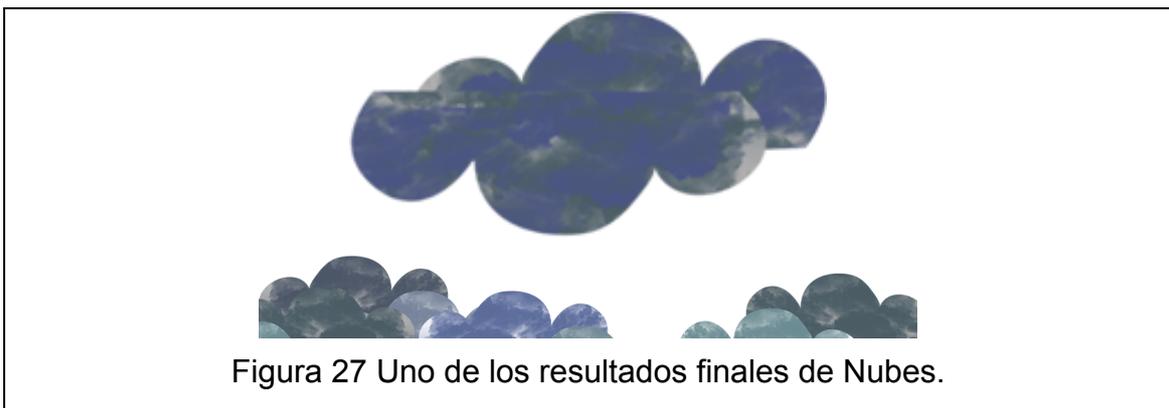
Elíptica Marquee Tool se realizó la circunferencia y se dio textura con los pinceles de Artbox, en varias capas de diferentes tamaños y variedad de Levels, después se colocaron encima de la circunferencia principal.



### Nube



Con la herramienta pluma se vectorizó y se dio textura con una mezcla de pinceles de Artbox. Para tener diferente tipo de nubes, se utilizó la herramienta transformar y levels.



## Paisaje día

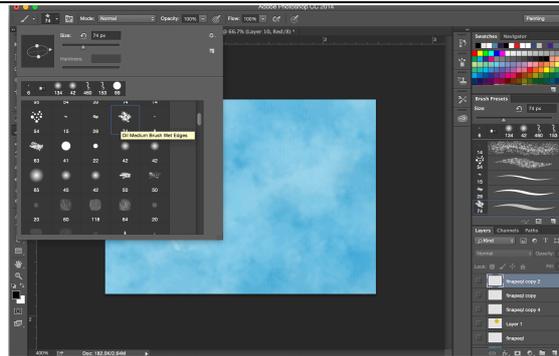


Figura 28 Elaboración del cielo con Pincel Oil Medium Brush wet para dar efecto de cielo. Se realizó con la dureza y opacidad. Con celeste y azul



Figura 29 Elaboración del Sol, el cual se usó el pincel Watercolor 3

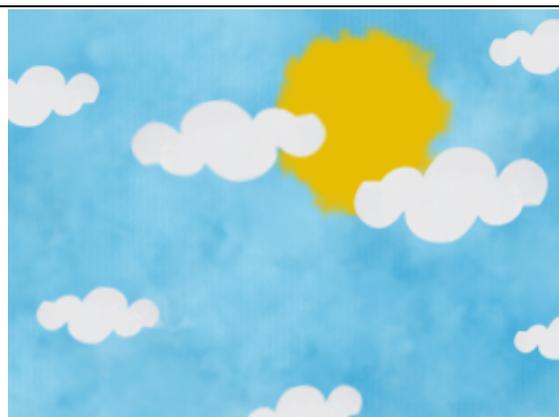


Figura 30 Resultado final del cielo.

Primeras pruebas de varias escenas del cuento



Figura 31 Prueba de la portada



Figura 32 Prueba de la Escena2



Figura 33 Prueba de la Escena3



Figura 34 Escena final prueba



Figura 34 Una de las primeras pruebas de la Escena 4

#### 7.4. Otros

##### Referencias:

1. Emilio Villalba



Figura 35 Juego de música diseñado para la aplicación infantil "Vodafone Kids" (2013)

Tomada de la página web <http://www.emiliovillalba.com>



Figura 36 Secretos a la Luna (2010)

Tomada de la página web <http://www.emiliovillalba.com>

2. Jon Klassen

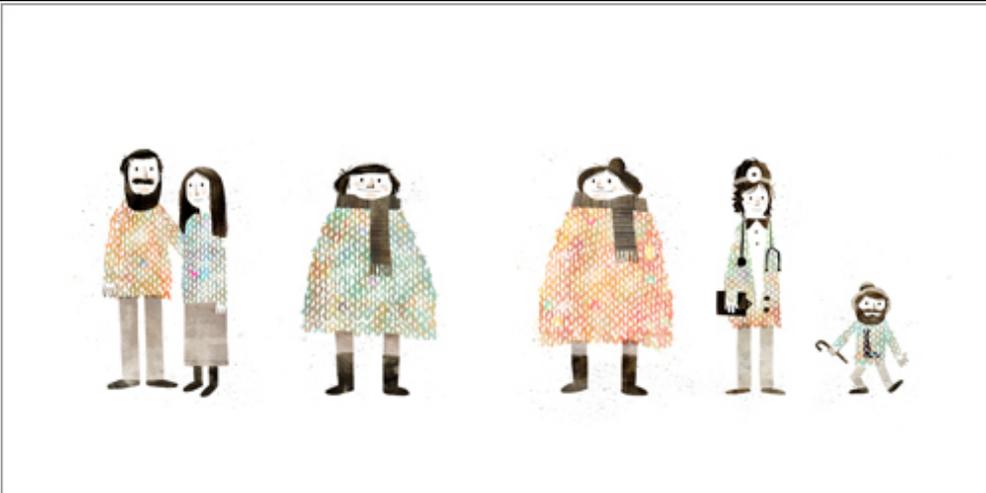


Figura 37 Cuento Extra Yarn page 7 (Townfolk), 2012  
Tomada de la página web <http://jonklassen.tumblr.com>



Figura 38 Cuento Extra Yarn, 2012  
Tomada de la página web <http://jonklassen.tumblr.com>



Figura 39 Cuento I Want my hat back, 2010  
Tomada de página web <http://jonklassen.tumblr.com>

3. Amy Schimler



Figura 40 Cuento Splish Splash!, 2011

Tomada de la página web <http://www.amyschimler.com>

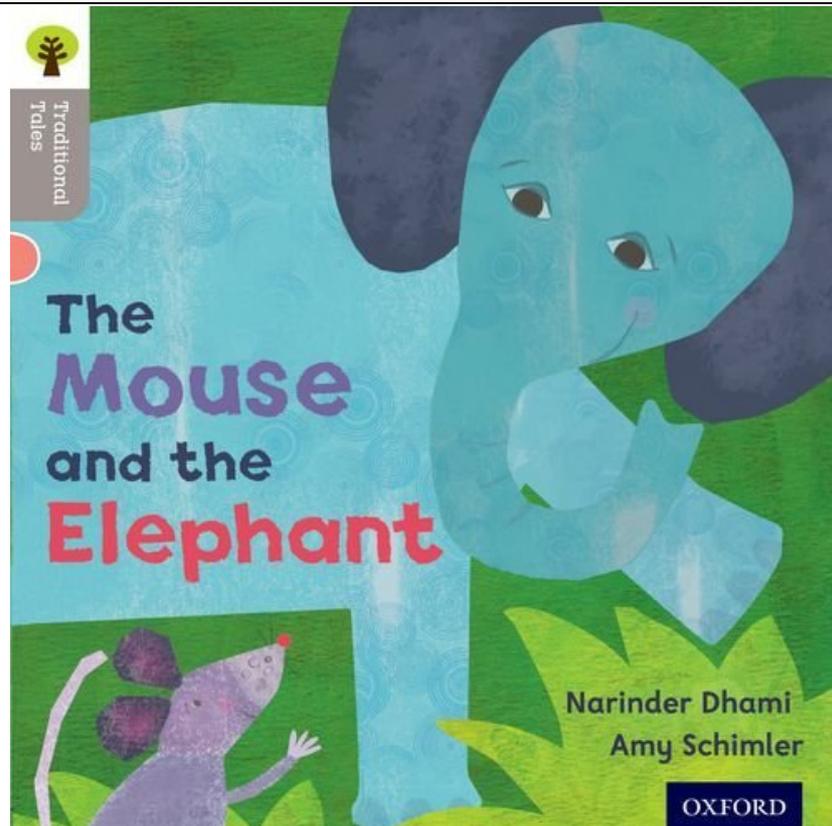
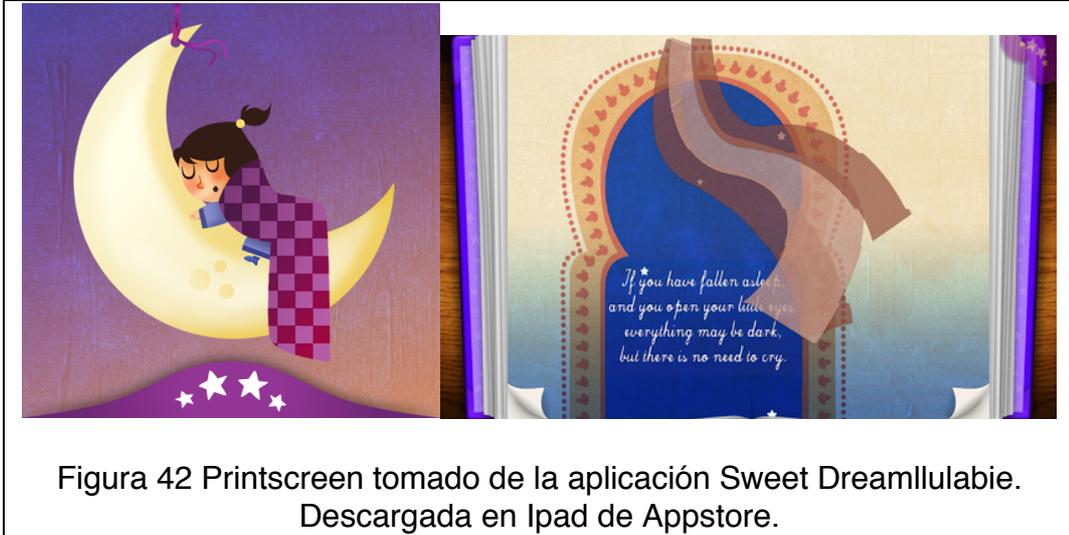


Figura 41 Cuento The Mouse and the elephant, 2011

Tomada de la página web <http://www.amyschimler.com>

## Aplicaciones Touch

### 1. Sweet Dreamlullabies



### 2. Lullababy planet



### 3. Nighty Night

